

Blomkålsrodsammen

Opskrift fundet hos TasteLife

Ingredienser
1 blomkålshoved
1 stor gulerod
1 rød peber
1 gul peber
1 kop slikærter
1 kop grønne soyabønner
1 tsk ingefær, hakket
1 tsk frisk chili, hakket
½ kop cashewnødder
Salt
Olivenerolie til stegning
Dressing
1/3 kop peanutbutter
1/3 kop vand
¼ kop soyasauce/tamari
2 tsk sesamolier
Cashewnødder til pynt

Fremgangsmåde

Blomkålen lægges i saltet vand, tages op og rives. Øvrige grøntsager renses, gulerødderne snittes fint – peber snittes groft.

Blomkålen svitses et par minutter på en varm pande med olivenolie, den skal ikke tage farve, hældes derpå op i en skål.

Ingefær og chili svitses i olivenolie på en pande; så tilsættes grøntsagerne én slags ad gangen, først gulerødder, så rød peber, så gul, så slikærter og sidst grønne soyabønner. Blandingen tilsættes cashewnødder, drysses med salt – og hældes over blomkålen.

Dressingens piskes sammen og hældes over retten, der blandes.

Pynt med cashewnødder.

Tip

- Nyd retten til fx stegt tofu eller selleribøffer – eller bare som den er.

Velbekomme!

